

Poledance studio ANNJEWEL NAGOYA レッスンスケジュール 2024年9月～ ※ご予約はこちら / annjewelonline.com

| | Mon | Tue | Wed | Thu | Fri | Sat | Sun | |
|-------|---|--|--|---|---|---|---|-----------|
| | ダイヤモンド(2階) | エメラルド(3階) | ダイヤモンド(2階) | エメラルド(3階) | ダイヤモンド(2階) | エメラルド(3階) | ダイヤモンド(2階) | エメラルド(3階) |
| 9:30 | | | | | | | | |
| 10:00 | 9:30~11:00 午前フリーポール (90分) | 9:30~11:00 午前フリーポール (90分) | 9:30~11:00 午前フリーポール (90分) | 9:30~11:00 午前フリーポール (90分) | 9:30~11:00 午前フリーポール (90分) | 9:30~11:00 午前フリーポール (90分) | 9:30~11:00 午前フリーポール (90分) | |
| 10:30 | | | | | | | | |
| 11:00 | お昼のヒール↓ | | | | | | | |
| 11:15 | 11:15~12:15 ヒールフロアー level1 ● ERIKO | 11:15~12:00 はじめて体験 | 11:15~12:15 フリーポール (60分) | | 【フリーポール】 会員様限定のサービスです。 WEB予約にてご利用頂けます。 お1人様1本 完全ご予約制 | 11:15~12:15 エアリアルフープ level1 Maryna | 11:15~12:15 ポールダンス レベル1 SARA | |
| 11:30 | | 11:30~12:30 フリーポール (60分) | | | ← マリーナ 先生の美しいArt | | 11:15~12:15 フリーポール (60分) | |
| 12:00 | | | | | | NEW! 待望の フープクラス誕生!! | | |
| 12:30 | 12:30~13:30 スピニング level1 ● ERIKO | 12:15~13:15 ●ポールダンス level1 SARA | 12:45~13:45 ●ポールダンス level1 ひまわり | ←ヒール履いてOK のクラス ●お昼の ママ子連れ OKのクラス。 | 12:30~13:30 アクロチア level1&2 ひまわり | 12:15~13:30 アクロヨガ All level MARYNA | 12:30~13:45 スピスタ level2 SARA | |
| 13:00 | | | | | 【お子様とのフリーポールについて】 他のご利用者様に迷惑になる場合、 ご利用を中止いただきます。 その場合の返金は致しかねますので、 ご注意ください。 | | ●週末の ママ子連れ o.kのクラス ←スピニングと スタティック両方 | |
| 13:30 | | 13:30~14:45 ポールダンス level2~ SARA | | ←ヒールでも 素足でもOK | 13:45~14:45 スピニング level1 ● ひまわり | | 14:00~15:00 ●ヒールフロアー level1 MIKA | |
| 14:00 | 13:45~14:45 フリーポール (60分) | | 14:00~15:00 ヒールフロアー level1 ひまわり | | ←チアダンスがお昼に フロアーアクロバットの 基礎を学びます。 (キッズも歓迎) | | | |
| 14:30 | | | | | | 14:45~15:45 ポールダンス level1 HARUNA | 14:00~15:00 ●ヒールフロアー level1 MIKA | |
| 15:00 | | 15:00~16:00 フリーポール (60分) | 15:15~16:15 フリーフープ &ポール(60分) | 15:15~16:00 はじめて体験 ひまわり | 15:15~16:15 フリーポール (60分) | | 15:15~16:15 ●スピニング level1 MIKA | |
| 15:30 | 【レッスンの参加レベル】 Level1→ポール入門、逆さま目指す level2→初級、床から逆さまになれる level3→中級、空中逆さまになれる level4→中級、新技トリック目指す | | | | | AYAKA先生の キッズクラス毎月2回 の開催になります 毎月チェックください | | |
| 16:00 | | | | | | 16:00~17:15 ポールダンス leve2~ HARUNA | 16:15~17:15 ポールダンス level1 MIKA | |
| 16:30 | | | | | | | 16:30~17:30 フリーポール (60分) | |
| 17:00 | | ●お昼の ママ子連れ OKのクラス | 【キッズクラス】体験レッスン 初回のみ ¥1,100 当日入会 ¥5,500 | | | | | |
| 17:30 | | | | | | 17:30~18:30 ヒールフロアー level1 MIKA | 17:30~18:30 フリーポール (60分) | |
| 18:00 | | | | | | | 17:45~18:45 フリーポール (60分) | |
| 18:30 | | 18:30~19:45 アクロヨガ All level MARYNA | 18:15~19:15 キッズクラス ERIKO | | | | | |
| 19:00 | | | | | Ayaka style heel ↓New ヒール | | フリーポール枠は 他の時間帯も枠が ある場合は利用可能 になりました。 | |
| 19:30 | 19:15~20:15 ポールダンス level1 AYAKA | 19:00~20:15 Flexibility WS All level SITA | 19:15~20:15 ポールダンス level1~2 みやっち | 19:15~20:15 フリーポール (60分) | 19:15~20:15 ヒールフロアー level1 AYAKA | 19:00~20:15 Flexibility WS All level SITA | 日曜日19:00以降 ダイヤモンド レンタル予約枠 あり、早いもの勝ち | |
| 20:00 | | 20:00~21:00 スピニング Level 1 MARYNA | 20:00~21:00 ポールダンス Level 1~2 ERIKO | 20:00~21:00 フリーポール (60分) | 20:00~21:00 フリーポール (60分) | | | |
| 20:30 | 20:30~21:45 ポールダンス level2~ AYAKA | 20:30~21:30 Sexy floor move level1 SITA | 20:30~21:45 ポールスポーツ Level 1~2 みやっち | 20:30~21:30 フリーポール (60分) | 20:45~22:00 ポールダンス leve2~ Maryna | 20:15~21:15 Heels dance WS All level UNO | | |
| 21:00 | | ↑素足で美しく Exotic floor poleを 踊るクラスです。 | ↑ポールスポーツ 入門 クラス! | 21:15~22:30 スピニング Level 2~ ERIKO | 21:45~22:45 フリーポール (60分) | ↑STREET DANCE スニーカーでもOK! ダンス強化! 男性OK 厚底ヒールは * 低めのヒール OK | 20:30~21:45 flexibility pole trick level2~ SITA | |
| 21:30 | | | | | | ↑NEW LESSON 柔軟と軟体ポール技 を目指したい方必見 | オンライン予約&決済システムとなります。 お1人様ポール1本。完全WEBご予約制 ★レギュラークラスの体験・プライベートレッスン・レンタルスタ ジオはWEB予約のお問い合わせフォームにてご予約ください | |
| 22:00 | | | | | | | | |
| 22:30 | | | | | | | | |

※毎月、はじめて体験クラスを別途特別にを設けて開催しております。(お友達ご紹介キャンペーンも同時に開催) はじめて体験はご予約サイトよりご予約いただけます。
また、上記スケジュールの、緑色の Level1 クラスや、ヒール、各WS クラスは、体験レッスン対象クラスです。こちらはメールにてご予約ください。(体験は お一人様1回限り。)
※ご予約のキャンセル受付時間がそれぞれのクラスの24時間前となります。それ以降はキャンセル代100% 頂戴しておりますので、キャンセルポリシーをご確認の上ご予約ください。
※newフリーフープ:フープ2名様までポール3名様まで(フープ希望人数が被った場合はシェア)